

MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER

Bernadus Gapi

Universitas Negeri Surabaya

bernadusgapi15@yahoo.com

Abstrak

Artikel bertujuan untuk mengetahui cara dalam membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Artikel ini berupa hasil pemikiran penulis, analisis ilmiah, dan kajian teori. Dari hasil pemikiran, analisis ilmiah dan kajian teori, disimpulkan bahwa cara membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler adalah dengan menggunakan strategi berupa tekanan dan apresiasi pada setiap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler. Tekanan dapat berupa aturan dan sanksi sebagai salah satu aspek pendorong dalam motivasi yakni “mencoba dengan keras”, sedangkan apresiasi dapat berupa pujian dan pemberian simbol penghargaan. Penggunaan strategi membangun kepercayaan diri siswa berupa tekanan dan apresiasi terhadap siswa sangat tergantung dari waktu dan kondisi siswa pada saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, antara lain; pada saat siswa dengan kondisi sangat pasif sampai pada kondisi pasif menggunakan unsur tekanan, pada saat siswa aktif menggunakan unsur apresiasi, dan pada saat siswa hiper aktif dapat menggunakan unsur tekanan.

Kata kunci: Kepercayaan diri, Kegiatan ekstrakurikuler, strategi, tekanan, apresiasi

PENDAHULUAN

Sasaran penerapan Kurikulum 2013 adalah untuk mewujudkan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan siswa sebagai peserta didik. Ketiga kompetensi dasar tersebut selanjutnya diharapkan dapat membangun kesiapan bagi generasi muda dalam menghadapi MEA. Untuk mendukung terwujudnya pencapaian ketiga kompetensi tersebut, khususnya sikap dan keterampilan siswa serta dalam menyikapi MEA Tahun 2015, maka salah satu hal yang teramat penting untuk diperhatikan oleh lembaga sekolah dalam mendukung program kurikuler adalah kepercayaan diri siswa. Membangun kepercayaan diri siswa bertujuan agar siswa memiliki keberanian dalam mengekspresikan ide, pemikiran, serta gagasan baik secara abstrak maupun mewujudkan dalam ranah konkret yang selanjutnya dapat membantu berkembangnya prestasi belajar siswa. Hal ini senada dengan pendapat Soesarsono Wijandi (1999:33) bahwa Kepercayaan diri merupakan paduan sikap dan keyakinan seseorang dalam menghadapi tugas atau pekerjaan.

Kemampuan menyampaikan ide, pemikiran dan gagasan secara baik dan benar, serta sistematis dan objektif dapat dipandang siswa sebagai tantangan dan di sisi lain sebagai masalah dalam mengambil keputusan apakah ide, pemikiran serta gagasannya dieksplorasi dan diekspresikan atau tidak. Seorang siswa yang percaya diri, tentu akan mengambil keputusan untuk segera berpendapat ataupun bertindak terhadap ide, pemikiran dan gagasan yang dimiliki karena memiliki “keyakinan” terhadap kemampuan

dirinya dan “optimis” terhadap konsekuensi tindakannya serta “siap menerima” respon dan penilaian pihak lain. Sejalan dengan itu, Angelis (2007:10) mengenai percaya diri berawal dari tekad pada diri sendiri, untuk melakukan segalanya yang kita inginkan dan butuhkan dalam hidup. Percaya diri terbina dari keyakinan diri sendiri, sehingga kita mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.

Membangun kepercayaan diri siswa amatlah penting. Siswa sejatinya merupakan sosok anak-anak dan remaja yang masih dalam tahap proses untuk mendapatkan kematangan dan kemajuan dirinya sehingga proses yang dimaksud adalah proses belajar. Dalam proses belajar tersebut siswa akan menemukan kekurangan dan kelebihan dirinya demi perbaikan dan peningkatan kualitas dan kompetensi diri. Untuk itu penting bagi siswa untuk mengekspresikan apa yang ada dalam pikirannya untuk dapat menemukan kekurangan dan kelebihan tersebut. Siswa yang aktif dan percaya diri akan mudah menemukan dua hal tersebut dibandingkan dengan siswa yang cenderung pasif dan minder dalam proses pembelajaran.

Membangun kepercayaan diri siswa dapat dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang secara sederhana dapat diartikan sebagai kegiatan di luar mata pelajaran wajib yang bertujuan untuk pengembangan diri siswa. Hakim (2002:122) menjelaskan bahwa rasa percaya diri siswa di sekolah bisa dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan, yang salah satunya adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler. Selanjutnya Pengertian ekstrakurikuler menurut kamus besar Bahasa Indonesia (2002:291) yaitu:” suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa. Terdapat banyak kegiatan ekstrakurikuler yang jika diprogramkan dan dijalankan dengan baik dan benar maka kepercayaan diri siswa akan terbentuk dan dapat mendukung kemajuan prestasi belajar serta perkembangan kepribadian siswa lainnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka ditarik rumusan masalah, yakni “bagaimana cara membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler?”, dan bertujuan untuk mengetahui cara membangun kepercayaan diri siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kepercayaan Diri dan Pengertian Percaya Diri

Menurut Lauster (2012:4) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim, 2002:6). Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri.

Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut di mana ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Selanjutnya, Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005:87), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Dari segi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul berkat adanya pengakuan dari lingkungan (Dimyati dan Mudjiono, 2009). Menurut (Aunurrahma 2009) Percaya diri adalah salah satu kondisi psikologi seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental dalam proses pembelajaran. Rasa percaya diri pada umumnya muncul ketika seseorang akan melakukan atau terlibat di dalam suatu aktivitas tertentu di mana pikirannya terarah untuk mencapai sesuatu hasil yang diinginkan. Dari dimensi perkembangan, rasa percaya diri dapat tumbuh dengan sehat bilamana ada pengakuan dari lingkungan.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah sikap positif yang dimiliki seorang individu yang membiasakan dan memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri, maupun lingkungan serta situasi yang dihadapi untuk meraih apa yang diinginkan.

Konsep Kegiatan Ekstrakurikuler

Pengertian ekstrakurikuler menurut kamus besar Bahasa Indonesia (2002:291) yaitu, "suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa". Kegiatan ekstrakurikuler sendiri dilaksanakan di luar jam pelajaran wajib. Kegiatan ini memberi keleluasaan waktu dan memberikan kebebasan pada siswa, terutama dalam menentukan jenis kegiatan yang sesuai dengan bakat serta minat mereka.

Menurut Oemar Hamalik (2004: 181), kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar ketentuan kurikulum yang berlaku, akan tetapi bersifat pedagogis dan menunjang pendidikan dalam menunjang ketercapaian tujuan sekolah. Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/ madrasah (Anifral Hendri, 2008: 1-2). Pengertian di atas menekankan bahwa kegiatan ekstrakurikuler untuk membantu pengembangan peserta didik dan pementapan pengembangan kepribadian siswa yang salah satunya adalah membangun kepercayaan diri.

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 81 A Tahun 2013, Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan

kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar minat yang dikembangkan oleh kurikulum. Berdasarkan definisi tersebut, maka kegiatan di sekolah atau pun di luar sekolah yang terkait dengan tugas belajar suatu mata pelajaran bukanlah kegiatan ekstrakurikuler.

Sehubungan dengan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang menekankan kepada kebutuhan siswa agar menambah wawasan, sikap dan kepribadian siswa khususnya kepercayaan diri siswa baik di luar jam pelajaran wajib serta kegiatannya dilakukan di dalam dan di luar sekolah

Tujuan kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan yang tercantum dalam Permendiknas No. 81A Tahun 2013, yaitu sebagai berikut:

1. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik.
2. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler

Ada empat fungsi yang melekat dalam kegiatan ekstrakurikuler: pertama, pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas siswa sesuai dengan potensi, bakat dan minat mereka. *Kedua*, sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung-jawab sosial peserta didik. *Ketiga*, rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, menggembarakan dan menyenangkan bagi peserta didik yang menunjang proses perkembangan. *Keempat*, persiapan karir, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik

Dari tujuan dan manfaat kegiatan ekstrakurikuler dapat terlihat sangat jelas arahnya yakni untuk meningkatkan kemampuan dan pengembangan pribadi siswa sehingga kepercayaan diri siswa dimaksud menjadi salah satu aspek penting yang akan timbul dalam diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Untuk itu dalam implementasinya perlu memperhatikan cara-cara dalam membangun kepercayaan diri siswa.

Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Republik Indonesia kegiatan ekstrakurikuler terdiri dari ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Terkait dengan kegiatan ekstrakurikuler pilihan, maka menurut Anifral Hendri (2008: 2–3), mengemukakan pendapat umumnya mengenai beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler dalam beberapa bentuk yaitu:

1. Krida, Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS), organisasi siswa (OSIS), Palang Merah Remaja (PMR), Pasukan Pengibar Bendera Pusaka (PASKIBRAKA).

2. Karya Ilmiah, meliputi Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), kegiatan penguasaan keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian.
3. Latihan/lomba keberbakatan/ prestasi, meliputi pengembangan bakat olah raga, seni dan budaya, cinta alam, jurnalistik, teater, keagamaan.
4. Seminar, lokakarya, dan pameran/ bazar, dengan substansi antara lain karir, pendidikan, kesehatan, perlindungan HAM, keagamaan, seni budaya.
5. Olahraga, yang meliputi beberapa cabang olahraga yang diminati tergantung sekolah tersebut, misalnya: Basket, Karate, Taekwondo, Silat, Softball, dan lain sebagainya.

Prinsip-prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler

1. Individual, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan potensi, bakat, minat peserta didik masing-masing.
2. Pilihan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti secara sukarela peserta didik.
3. Keterlibatan aktif, yaitu prinsip kegiatan ekstra kurikuler yang menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh.
4. Menyenangkan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan mengembirakan peserta didik.
5. Etos kerja, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat peserta didik untuk bekerja dengan baik dan berhasil.
6. Kemanfaatan sosial, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

Format kegiatan ekstrakurikuler

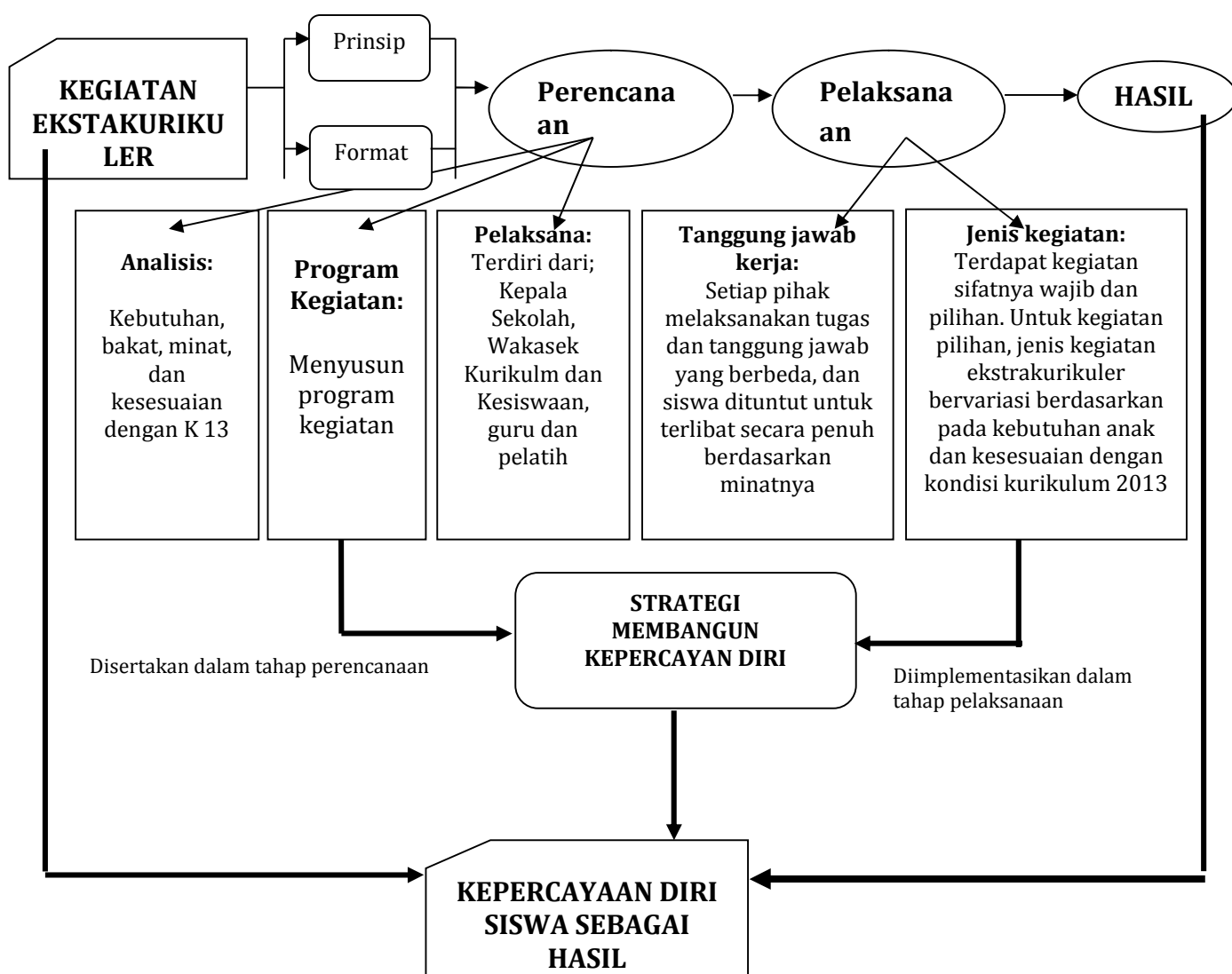
1. Individual, yaitu format kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti peserta didik secara perorangan.
2. Kelompok, yaitu format kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh kelompok-kelompok peserta didik.
3. Klasikal, yaitu format kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh peserta didik dalam satu kelas.
4. Gabungan, yaitu format kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh peserta didik antar kelas atau antar sekolah.
5. Lapangan, yaitu format kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti seorang atau sejumlah peserta didik melalui kegiatan di luar kelas atau kegiatan lapangan

Penguatan Paradigma dan Membangun Model Kegiatan Ekstrakurikuler

Oleh karena peran kegiatan ekstrakurikuler yang sangat penting bagi pengembangan anak dan kontribusinya terhadap prestasi anak dalam ranah intrakurikuler maka pandangan tentang kegiatan ekstrakurikuler dalam dunia pendidikan dewasa ini sudah semestinya dikuatkan melalui sistem yang terpadu dan terarah. Sistem yang terpadu dan terarah berarti kegiatan ekstrakurikuler tidak bisa lagi

dipandang hanya sekedar kegiatan sampingan yang sifatnya rutinitas dan tidak terkontrol dengan baik melainkan sebagai kegiatan yang sama pentingnya dengan kegiatan intrakurikuler. Hadirnya Permendiknas No. 39 Tahun 2008 tentang pembinaan kesiswaan dan Permendiknas No. 81A Tahun 2013 tentang implementasi kurikulum, menegaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler menjadi salah satu inti kurikulum dan layanan pendidikan sekolah yang tidak boleh ditinggalkan.

Untuk dapat membangun kepercayaan diri siswa dalam pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler maka sangatlah penting kegiatan ekstrakurikuler dimaksud dilaksanakan secara sistematis, terarah, dan pada tahap perencanaan serta pelaksanaannya dapat memperhatikan strategi membangun kepercayaan diri siswa. Model skema kegiatan ekstrakurikuler yang dikembangkan disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Skema Model Rancangan Kegiatan Ekstrakurikuler dan Strategi Membangun Kepercayaan Diri Siswa

Dari Gambar 1 sebelum dapat terlihat skema model rancangan kegiatan ekstrakurikuler dan strategi meningkatkan kepercayaan diri siswa yang dalam implementasi merupakan suatu system yang terdiri dari perencanaan dan pelaksanaan untuk mencapai hasil “kepercayaan diri siswa”. Dalam kaitannya dengan tahap perencanaan, maka prinsip dan format kegiatan ekstrakurikuler merupakan acuan penting agar perencanaan dimaksud memperhatikan hal-hal yang menjadi prinsip kegiatan ekstrakurikuler dan hal-hal yang menjadi format kegiatan ekstrakurikuler.

Tahap Perencanaan terdiri dari; analisis, penyusunan program kegiatan, dan unsur pelaksana kegiatan. Proses analisis memperhatikan kebutuhan siswa dan kesesuaian dengan kondisi kurikulum 2013. Dengan memperhatikan kebutuhan, bakat dan minat siswa dimaksud bertujuan agar pihak lembaga merancang kegiatan ekstrakurikuler yang menjawab kebutuhan, bakat, potensi, serta hobi pada setiap siswa. Dengan bakat serta potensi yang berbeda-beda, maka jenis kegiatan menjadi bervariasi dalam mengakomodir kebutuhan siswa. Selanjutnya kesesuaian dengan kondisi kurikulum 2013 bermaksud agar kegiatan ekstrakurikuler memperhatikan pula keadaan dan aturan main K 13. Hal-hal yang perlu disesuaikan adalah terkait dengan waktu, sarana-prasarana pendukung, dan kesiapan kemampuan guru. Unsure pelaksana melibatkan semua komponen dalam lembaga sekolah.

Selanjutnya dalam tahap pelaksanaannya, setiap komponen dari lembaga sekolah, mulai dari kepala sekolah, wakil kepala sekolah dan guru serta pelatih memperhatikan dan melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya masing-masing. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler dalam rangka membangun kepercayaan diri siswa menjadi tugas dan tanggung jawab bersama. Masing-masing pihak memiliki peran yang berbeda-beda. Selanjutnya jenis kegiatan yang dikembangkan menjadi bervariasi tergantung kebutuhan anak.

Terkait dengan tujuan “membangun kepercayaan diri siswa” melalui kegiatan ekstrakurikuler, maka yang dilakukan adalah dengan memasukkan strategi membangun kepercayaan diri siswa pada tahap perencanaan dan diaplikasikan pada tahap pelaksanaan yang pada akhirnya dapat mendukung tercapainya tujuan yakni meningkatnya kepercayaan diri siswa.

Unsur Yang Terlibat dalam Kegiatan Ekstrakurikuler

Permendiknas Tahun 2008 dan Juknis penyusunan program pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler untuk SMA oleh Direktorat Pembina Sekolah Menengah Atas mengemukakan tentang unsur pelaksana kegiatan ekstrakurikuler, sebagai berikut: Kepala Sekolah

Kepala sekolah memperhatikan referensi atau acuan yang menjadi input dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler. Referensi atau acuan tersebut antara lain: Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003, PP Nomor 19 Tahun 2005, Permendiknas Nomor 27 Tahun 2007, Permendiknas Nomor 59 tahun 2014, Panduan Pelaksanaan Kurikulum 2013, Panduan Pengembangan diri, Panduan tentang membangun kepercayaan diri.

Selanjutnya Kepala sekolah memiliki peran dalam hal, yakni;

1. Menyusun rencana pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler yang di dalamnya memuat unsure-unsur dan strategi membangun kepercayaan diri siswa, dan penugasan kepada wakasek bidang kesiswaan dan kurikulum.
2. Memberi arahan teknis tentang program pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler yang menekankan pada maksimalisasi unsure-unsur cara implementasi strategi membangun kepercayaan diri siswa,

Sementara itu Wakil Kepala Sekolah Bidang Akademik dan Kurikulum memiliki tugas untuk menyusun rencana kegiatan untuk menyusun program pengembangan diri yang bertujuan membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Menyusun aturan teknis dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler. Sedangkan guru, pembina, dan pelatih melakukan analisis kebutuhan dan kesesuaian yang meliputi analisis kebutuhan, bakat dan minat peserta didik, dan analisis program kegiatan ekstrakurikuler dengan kondisi kurikulum 2013.

Memasukkan Strategi Membangun Kepercayaan Diri Siswa dalam Berbagai Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler sangat bervariasi tergantung pada kebutuhan, bakat, minat siswa dan kesesuaian dengan kondisi kurikulum 2013.. Untuk menjawab berbagai kebutuhan, bakat dan minat siswa, maka jenis kegiatan ekstrakurikuler haruslah bervariasi. Berbagai jenis kegiatan ekstrakurikuler tersebut, antara lain;

1. Krida, meliputi Kepramukaan, Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS), Palang Merah Remaja (PMR), Pasukan Pengibar Bendera Pusaka (PASKIBRAKA).
2. Karya Ilmiah, meliputi Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), kegiatan penguasaan keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian.
3. Latihan/lomba keberbakatan/ prestasi, meliputi pengembangan bakat olah raga, seni dan budaya, cinta alam, jurnalistik, teater, keagamaan.
4. Seminar, lokakarya, dan pameran/ bazar, dengan substansi antara lain karir, pendidikan, kesehatan, perlindungan HAM, keagamaan, seni budaya.
5. Olahraga, yang meliputi beberapa cabang olahraga yang diminati tergantung sekolah tersebut, misalnya: Basket, Karate, Taekwondo, Silat, Softball, dan lain sebagainya.

Setelah model kegiatan ekstrakurikuler telah dibentuk seperti yang termuat pada Gambar 1 sebelumnya, maka langkah selanjutnya yang paling penting adalah memasukkan unsur-unsur dalam strategi untuk membangun kepercayaan diri siswa. Strategi membangun kepercayaan diri siswa sangatlah penting untuk didesain dan disertakan dalam berbagai jenis kegiatan ekstrakurikuler.

Strategi yang digunakan dalam membangun kepercayaan diri siswa adalah dengan menggunakan pendekatan berupa tekanan (*pressure*) dan apresiasi. Siswa akan terdorong oleh *pressure* dan apresiasi yang diberikan oleh pelatih atau Pembina kegiatan ekstrakurikuler. *Pressure* merupakan tekanan yang bertujuan untuk mendorong keaktifan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. *Pressure* dibuat dalam bentuk aturan dan sanksi yang mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dijalankan.

Menurut Kahler (1975) yang termuat dalam *Motivasi-mativator.blogspot.com*, mengemukakan tentang beberapa faktor pendorong dalam motivasi sehingga membuat orang dapat bertindak. Salah satu faktor tersebut yaitu mencoba dengan keras. Sedangkan Achmad (2007), mengemukakan bahwa motivasi eksternal sebagai dorongan yang muncul dari luar diri pribadi seseorang, seperti kondisi lingkungan kelas, kampus, adanya ganjaran berupa hadiah (reward) bahkan karena merasa takut oleh hukuman atau sanksi (punishment).

Dengan pandangan Kihler dan Achmad tersebut maka unsur *pressure* atau tekanan dapat dijadikan cara yang menjadi strategi guru atau Pembina dalam mendorong siswa untuk tidak pasif dan kaku dalam kegiatan ekstrakurikuler atau dengan kata lain dapat menjadi aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Pada titik inilah kepercayaan diri siswa akan terbentuk bersama keaktifannya

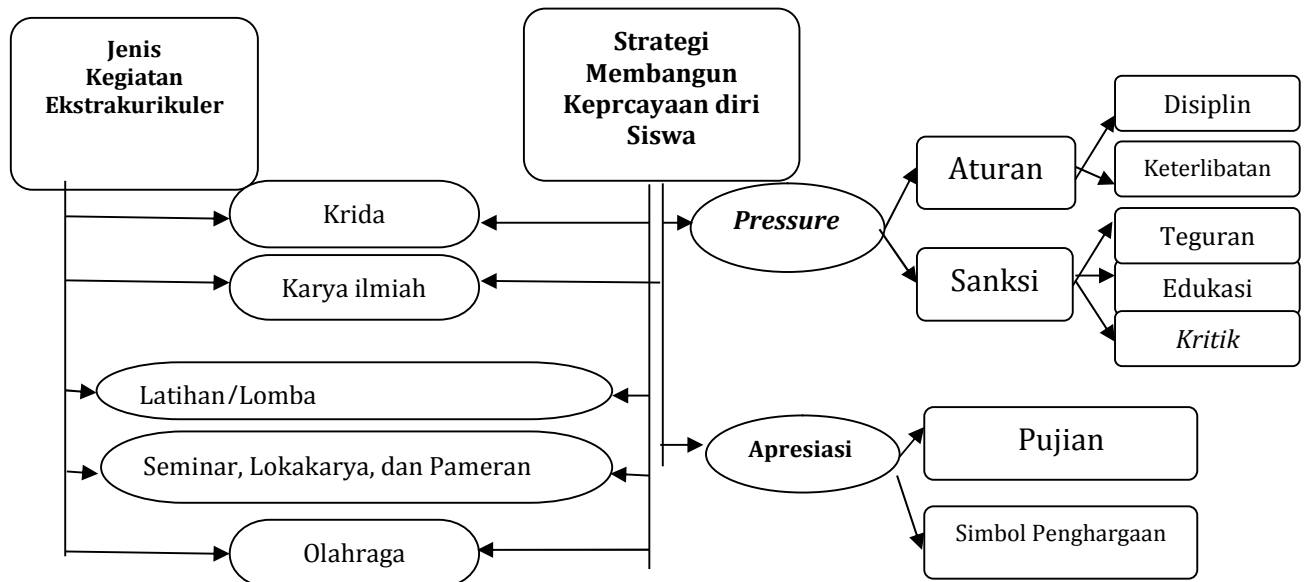
Selain dalam bentuk *pressure*, apresiasi juga merupakan faktor pendorong yang sangat penting dalam memotivasi siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Apresiasi sendiri oleh para ahli mendefenisikannya sebagai bentuk penghargaan, penilaian, pengertian, bentuk itu berasal dari kata kedua "*to appreciate*" yang berarti menghargai, menilai, mengerti. Apresiasi mengandung makna pengenalan melalui perasaan atau kepekaan batin, dan pengakuan terhadap nilai-nilai keindahan yang diungkapkan pengarang. (Aminuddin, 1987). Dari pengertian yang dikemukakan oleh Aminudin tersebut dapat disimpulkan bahwa apresiasi dapat dijadikan guru atau Pembina kegiatan ekstrakurikuler sebagai salah satu cara lain dalam mendorong keaktifan siswa yang pada akhirnya dapat membangun kepercayaan dirinya.

Pembina atau pelatih kegiatan ekstrakurikuler harus mengetahui waktu dan kondisi yang tepat dalam memberikan tekanan (*pressure*) dan apresiasi. Dengan kata lain Pembina atau pelatih mengetahui secara baik pada saat mana apresiasi diberikan dan tekanan seperti apa yang diterapkan pada setiap kondisinya. Aturan secara sederhana mengandung unsur disiplin dan sanksi. Untuk itu, penting bagi pelatih menyadari disiplin yang dimaksud bertujuan untuk mendorong keterlibatan aktif bagi siswa dalam berlangsungnya kegiatan ekstrakurikuler. Sedangkan sanksi diberlakukan hanya untuk meluruskan kembali ketidakpatuhan terhadap aturan disiplin yang sudah dibangun bukan kepada hal-hal lainnya yang justru menjadikan siswa atau peserta merasa terpojok, dan merasa takut berekspresi.

Tekanan (*pressure*) dan apresiasi sebagai strategi membangun kepercayaan diri siswa dapat dibuat dalam skema pada Gambar 2. Oleh karena yang menjadi tujuannya adalah membangun kepercayaan diri siswa, maka perlu dipahami bahwa "kepercayaan diri" tersebut mengandung dua makna yakni;

1. Tidak ragu-ragu, yang artinya siswa tidak lagi berada dalam keadaan penuh keraguan, pesimis, bimbang dan tidak memiliki keberanian berekspresi dan mengeksplorasi tentang ide, pikiran dan gagasannya melalui penyampaian pendapat dan tindakan inisiatif.

2. Tidak berlebihan (*over confidence*), artinya siswa memiliki keberanian dan inisiatif dalam mengekspresikan atau mengeksplorasi ide, gagasan, dan pemikiran secara arif, bijaksana, dan bertanggung jawab serta secara santun, baik dan benar.



Gambar 2. Skema Strategi Membangun Kepercayaan Diri Siswa dalam Berbagai Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Terhadap dua hal tersebut, maka strategi membangun kepercayaan diri siswa melalui tekanan (*pressure*), dan apresiasi perlu diberikan pada saat-saat yang dibutuhkan. Berikut adalah empat kondisi berbeda yang dipertimbangkan dalam menggunakan strategi membangun kepercayaan diri siswa:

1. Siswa super pasif dalam kegiatan ekstrakurikuler

Siswa dengan kondisi super pasif dalam kegiatan ekstrakurikuler terlihat dengan sifat acuh tak acuh, dan cenderung melanggar aturan baik kedisiplinan maupun keterlibatannya. Siswa ditandai dengan perilaku tidak taat terhadap aturan dan terlihat tidak tertarik sama sekali dengan jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan. Persoalan seperti ini semakin erat kaitannya dengan rendahnya nilai kepribadian dan di sisi lain bisa karena ketidaktertarikan terhadap jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dijalani. Sanksi yang diberikan adalah dapat berupa sanksi dengan pendekatan edukasi dan teguran. Sanksi dengan pendekatan edukasi dapat dilakukan dengan berbagai cara misalnya memberi teguran yang memotivasi dan mendorong perubahan sikap ikut ambil bagian dalam kegiatan ekstrakurikuler.

2. Siswa Pasif dalam kegiatan ekstrakurikuler

Kondisi ini terlihat di mana siswa menyukai kegiatan ekstrakurikuler dan ikut ambil bagian secara utuh, tetapi tidak memiliki keberanian dan berpendapat dan berkreasi dalam bentuk tindakan, atau dengan kata lain hanya sekedar mengikuti pelaksanaan kegiatan dimaksud tapi takut mengambil peran tertentu. Dengan kondisi ini maka

strategi yang digunakan adalah dengan menggunakan pendekatan *pressure* berupa sanksi edukasi, misalnya sanksi melakoni gaya orang pidato bagi yang tidak menyampaikan pendapat saat diberi kesempatan, atau dengan cara lainnya. Selain hal tersebut bisa dengan kata-kata motivasi akan mendorong semangat siswa untuk percaya akan dirinya.

3. Siswa Aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler

Siswa dalam kelompok ini memiliki semangat dalam kegiatan ekstrakurikuler dan selalu mengambil inisiatif dan aktif dalam berbagai kesempatan serta selalu siap menjalani tugas dan perannya dalam berlangsungnya kegiatan dimaksud. Dengan keadaan seperti ini menunjukkan rasa kepercayaan diri yang sudah baik dan efektif dalam kegiatan. Untuk itu bentuk strategi yang diberikan adalah untuk mempertahankan semangat dan kepercayaan dirinya dengan cara memberi apresiasi baik dalam bentuk pujian maupun dalam bentuk pemberian penghargaan berupa simbol dan bentuk apresiasi lainnya.

4. Siswa *hyper* aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler

Siswa dengan kondisi hiper aktif dan mulai menunjukkan adanya gejala *over confidence* ditunjukan dengan tingkat *ego* yang tinggi dalam kegiatan ekstrakurikuler yang cenderung mengakibatkan siswa lainnya sulit mendapatkan kesempatan dalam mengekspressikan ide, pikiran, serta gagasannya. Untuk itu perlu strategi dengan pendekatan teguran halus maupun kritik ringan. Hal ini bertujuan untuk mengembalikan kepercayaan diri siswa tersebut ke dalam keadaan yang sesungguhnya yakni kepercayaan diri yang bertanggung jawab, santun, dan bijaksana.

Beberapa ahli dalam uraian di atas telah mengemukakan konsep teori dari kegiatan ekstrakurikuler, yang pada dasarnya bertujuan untuk pengembangan kepribadian siswa. Hal tersebut diperkuat melalui hadirnya Permendiknas Nomor 81 A Tahun 2013 yang menegaskan bahwa tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik. Salah satu hal penting yang turut terbentuk dalam pengembangan kepribadian diri tersebut adalah kepercayaan diri siswa.

Bersandarkan pada teori para ahli sebelumnya, maka dalam upaya membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler, seorang guru atau pembina dapat menggunakan cara atau metode membangun kepercayaan diri siswa. Penulis menyebutkan cara tersebut sebagai strategi membangun kepercayaan diri siswa melalui tekanan (*pressure*) dan apresiasi.

SIMPULAN

Membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler sangat penting agar siswa memiliki kepercayaan atas kemampuan dirinya, meyakini dirinya, menghargai apa yang ada dalam dirinya dan selanjutnya dapat membuatnya mengambil keputusan untuk mengekspresikan ide, gagasan, dan pikirannya baik dalam ranah abstrak maupun ranah konkret. Kegiatan ekstrakurikuler haruslah bervariasi

berdasarkan kebutuhan, bakat, minat, dan kesesuaian dengan kondisi kurikulum sehingga mendapatkan keterlibatan siswa secara menyeluruh dalam kegiatan dimaksud.

Cara membangun kepercayaan diri siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler adalah dengan menggunakan strategi membangun kepercayaan diri siswa. Di dalam strategi tersebut terdapat unsur tekanan (*pressure*) dan apresiasi. Penggunaan tekanan dan apresiasi sangat tergantung dari waktu dan kondisi siswa, antara lain;

1. pada saat siswa dalam kondisi sangat pasif, menggunakan strategi tekanan (*pressure*) berupa aturan dan sanksi
2. pada saat siswa dalam kondisi pasif, menggunakan strategi tekanan (*pressure*) berupa aturan dan sanksi serta dimungkinkan untuk menggunakan cara apresiasi melalui pujian motivasi
3. pada saat siswa dalam kondisi aktif, menggunakan strategi apresiasi berupa pujian dan pemberian symbol penghargaan
4. dalam kondisi siswa hiper aktif, menggunakan strategi tekanan (*pressure*) berupa teguran dan kritik ringan.

Dengan demikian, berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan sebelumnya, maka disarankan beberapa hal kepada guru, dan pembina kegiatan ekstrakurikuler untuk dapat menggunakan strategi membangun kepercayaan diri siswa berupa tekanan (*pressure*) dan apresiasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sehingga dapat membangun kepercayaan diri siswa. Selanjutnya, kepada pembaca yang hendak melakukan penelitian di bidang yang sama agar dapat menjadikan artikel ini sebagai salah satu kajian untuk menghasilkan temuan empiris dalam membuktikan keefektifan cara tekanan dan apresiasi pada kegiatan ekstrakurikuler dalam membangun kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelis. 2007. *Confidence (Percaya Diri)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Anifral, Hendri. (2008). *Ekskul Olahraga Upaya Membangun karakter Siswa*
- Arianto, S. 2010. *Aspek-aspek Kepercayaan Diri*. Tersedia dalam http://Kepercayaan_diri.html. Diakses tanggal 01 Mey 2012
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Alfabeta: Bandung.
- Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Kahler. 10975. <http://motivasi-motivator.blogspot.com/> 2009/09/04/faktor-pendorong/ diakses tanggal 02 Mey 2015
- Kementrian Pendidikan RI. 2008. *Peraturan Menteri Pendidikan tentang Pembinaan Kesiswaan*. Tersedia dalam: <http://kementerianpendidikan.ac.id/peraturan/ekstrakurikuler/> diakses tanggal 02 Mey 2015

- Kementrian Pendidikan RI. 2008. Surat Keputusan Dirjen Dikdasmen. Tersedia dalam <http://kementerianpendidikan.ac.id/SK/dirjendikdasmen/> diakses tanggal 01 Mey Tahun 2015
- Lauster, P. 2012. *Test Kepribadian* (terjemahan Cecili, G. Sumekto). Yogyakarta, Kansius
- Oemar Hamalik. 2004. *Manajemen Pengembangan Kurikulum*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Oemar Hamalik. 2007. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Oemar Hamalik. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Permendiknas No. 39 Tahun 2008 *tentang Pembinaan Kesiswaan*.
- Permendinas No. 81 Tahun 2013 *tentang Implementasi Kurikulum*.
- Soesarsono Wijandi. 1999. *Pengantar Kewiraswastaan*. Bandung: Sinar Baru
- Thantaway. 2005. *Kamus Istilah Bimbingan dan Konseling* .<http://ilmupsikologi.com>